カラダにプラス！
ココロも元気

洛和会ヘルスケア
システムの広報誌

月刊
おとまる
くん

特集

介護老人保健施設

多様なスペシャリストが
自立した生活を見守る“太陽”

洛和ヴィライリオス

2017 12月号

子どもの成長で困りごとありませんか？
洛和会音羽病院 小児科へご相談ください p06

介護のあんなときこんなとき
洛和デイセンターリハビリテーション音羽編 p10

発展、ともに前へ…
洛和会ヘルスケアシステム®

洛和会丸太町病院　洛和会音羽病院　洛和会音羽記念病院
洛和会音羽リハビリテーション病院　洛和会東寺南病院

WEB版「おとまるくん」
もよろしくね！

おとまるくん　検索

＼多様なスペシャリストが自立した生活を見守る“太陽”／

介護老人保健施設 洛和ヴィライリオス

自立を助ける施設

「高齢者が生活する場」とひとくくりに捉えられがちな介護施設には、いろいろな特徴をもった施設があります。介護老人保健施設（以下 老健）は、日常生活に不安のある高齢者が安心して自宅で生活ができるよう、一定期間（概ね3カ月以内）入所して、リハビリテーション（以下リハビリ）を行う施設です。

洛和ヴィライリオス
支援相談員（社会福祉士）
主席係長 別府（べっぷ） 晃哲（みつあき）

イリオスはギリシャ語で“太陽”という意味です。全てのものをはぐくむ太陽のようにあたたかく、そして力強く高齢者の生活を支援します。

スペシャリストが支援！

「手術入院後、すぐに自宅で生活するのが難しい」
「独り暮らしでの家事に不安がでてきた」

そんなときに利用していただけるのが老健です。生活する上での機能維持・向上のためにプログラムを組み、さまざまな専門職がチームでサポートします。入所期間中に十分にリハビリや訓練をし、安心して自宅に戻っていただきます。介護保険を使って利用する施設のなかで、老健ほど多彩な専門職が存在する施設はありません。

介護支援専門員

チームケアの計画書であるケアプランを作成します。

管理栄養士

食事もリハビリの一環として栄養管理、指導をします。

理学療法士

リハビリの専門家として、運動機能の維持や向上を助けます。

介護職員

介護福祉士などが、生活の基本をサポートします。

医師

老健では医師が施設管理者です。各専門職のチーム監督です。

看護師

医師と協力して利用者さまの体調管理をします。

事務職員

事務業務だけでなく、常に窓口で利用者さまの声を伺います。

支援相談員

社会福祉士などが、在宅復帰のためのサービス調整を行います。

らくわの介護

医療面からも健康維持をサポート

洛和ヴィライリオスでは医療サポートも万全です。緊急時には、近隣の洛和会丸太町病院を含め洛和会ヘルスケアシステムの5つの病院が提携病院として24時間バックアップしています。緊急時の安心だけでなく、日常的な体調管理が効果的なリハビリに重要となります。常駐医師のほかに提携医療機関からの定期的な健診やケアで、特に高齢者に多い誤嚥性肺炎の予防に力を入れています。

提携する歯科クリニックからは歯科医師・歯科衛生士が定期訪問。入所者さまの状態を良く知るユニットスタッフと医療スタッフが密に情報交換しながら口腔ケアをすることで、肺炎発症予防に効果的なだけでなく、スタッフの知識や手技の向上にもつながっています。

本年11月からは洛和会丸太町病院の耳鼻咽喉科医師も回診に訪れています。肺炎発症のリスクをチェックします。

病気にかかって入院することなく、その人らしい生活をご自宅で送れるように。リハビリ、医療など、各分野のスペシャリストが手助けします。

medical care

耳鼻咽喉科医師による回診

meeting

利用者さまの状況を多職種のスタッフでしっかり共有

洛和ヴィライリオスと
洛和デイセンター
イリオス

information

介護老人保健施設
洛和ヴィライリオス

介護老人保健施設は介護の必要な高齢者が安心して日常生活を過ごせるよう、医療と介護の両面からサポートし、早く家庭での生活に戻れるよう支援する施設です。病気などで失われた身体機能の維持や回復を目指し、リハビリを行います。また、当会の介護老人保健施設はショートステイにも対応しています。

短時間型通所リハビリテーション
洛和デイセンターイリオス

洛和ヴィライリオスには介護老人保健施設のほかに、通いで利用できる洛和デイセンターイリオスを併設しています。中京区では唯一、リハビリに特化した「短時間型通所リハビリテーション」施設であり、「食事やレクリエーションは不要」「リハビリを集中して行いたい」人におすすめです。担当ケアマネジャーを通してご相談ください。

お問い合わせ

洛和ヴィライリオス
☎ 075(801) 0377(代)

入所、ショートステイ利用、デイセンター利用などお考えの方は、随時見学を受け付けています。お気軽にお問い合わせください。ケアマネジャーを通してのご相談も歓迎です。

http://www.rakuwa.or.jp/kaigo/rouken/irios/

発展、ともに前へ…
洛和会ヘルスケアシステム®

洛和会丸太町病院　洛和会音羽病院　洛和会音羽記念病院
洛和会音羽リハビリテーション病院　洛和会東寺南病院

洛和会ヘルスケアシステムは、5つの病院と4つのクリニックからなる医療部門、介護部門、さらに健診センター、保育園、関連会社などが連携・協力しながら京都と滋賀、大阪、東京をカバーする**「医療」「介護」「健康・保育」「教育・研究」**の総合ネットワークです。

洛和会ヘルスケアシステムのグループホーム

洛和グループホーム四条鉾町
京都市下京区仏光寺通油小路東入ル木賊山町165
TEL 075(371)1127

洛和グループホーム桂
京都市西京区川島調子町35-1
TEL 075(382)3121

洛和グループホーム久世
京都市南区久世上久世町34-2
TEL 075(925)0210

洛和グループホーム桂川
京都市南区久世中久世町1-63
TEL 075(925)1505

洛和グループホーム北花山
京都市山科区北花山中道町109-12
TEL 075(582)0595

洛和グループホーム勧修Ⅱ番館
京都市山科区勧修寺西金ヶ崎238
TEL 075(582)8211

洛和グループホーム音羽
京都市山科区音羽森廻り町34-8
TEL 075(501)1121

洛和グループホーム山科小山
京都市山科区小山鎮守町9-1
TEL 075(595)3288

洛和グループホーム山科鏡山
京都市山科区北花山河原町8
TEL 075(582)8208

音羽の森

夢殿

絵馬 1枚 100円

洛和会音羽病院のC棟北側に**「音羽の森 夢殿」**があります。絵馬の奉納を希望される方は同病院A/B棟総合受付までどうぞ。

らくわの医療

子どもの成長で困りごとありませんか？

洛和会音羽病院 小児科へご相談ください

子どもの成長で悩みを抱える保護者は多くいますが、どこに相談してよいか戸惑われることがあります。そんな悩みに応える相談窓口が、「こころと発達の子ども相談外来」です。小児科医と臨床心理士、看護師がチームで対応いたします。

3〜16歳の子ども

- 「落ち着きがない」
- 「集中力がない」
- 「集団行動が苦手」
- 「授業についていけない」
- 「学校に行けない」

と悩んでいませんか？

精神科？ → 児童相談所？

どうしたらよいか困ったら・・・

洛和会音羽病院 小児科
「こころと発達の子ども相談外来」へ

幼稚園・保育園・小学校生活に悩む子どもを支えるためには、一人一人に合わせた対応が必要です。こころと発達の子ども相談外来は、集団行動が苦手、授業についていけないなどの悩みに対応します。まずは、小児科医と臨床心理士が問診を行い、現在のお困りごとや、これまでの経緯を詳しくお伺いします。次に心理検査を行い、日常生活において、どのようなことが困難になっているかを明らかにします。心理検査は子どもの状態に合わせて、いくつもの検査を組み合わせて実施し、多面的な状態の把握ができるように工夫しています。支援する段階では、検査結果に基づいて具体的な対応策を考えます。外来診療と心理カウンセリングを継続的に行いながら、保護者・学校・他機関と連携し、必要に応じてより適切な援助が受けられる機関を紹介するなど、長期的な視野に立って、子どもの支援方法を考え、対応しております。

洛和会音羽病院 小児科
部長 前田（まえだ） 真治（しんじ）
洛和会音羽病院 臨床心理室
副係長 中島（なかしま） 陽大（ようた）

洛和会音羽病院
こころと発達の子ども相談外来のご案内

初診日 水曜日　午後１時〜４時
心理検査 月〜土曜日 午前９時〜午後４時
検査結果説明日 月・火・木曜日 午後１時〜４時

お問い合わせ

洛和会音羽病院 小児科・臨床心理室
☎ 075（593）4111（代）

http://www.rakuwa.or.jp/otowa/shinryoka/shonika-kodomosoudan.html

【外来受診の流れ】

1. 電話でご予約　0120（489）300
   小児科の「こころと発達の子ども相談外来」を受診したいとお伝えください。
2. 来院（問診表を記入いただきます）
3. 問診（小児科医・臨床心理士）、各種検査
4. 結果説明
5. 今後の対応を話し合い

【持ち物】
母子手帳（年齢にかかわらず）
テスト・成績表など

第16回 洛和メディカルフェスティバル 開催レポート

10月14日（土）～22（日）の期間で当会の病院や介護施設を会場に、
年に1度の感謝祭「洛和メディカルフェスティバル」を開催しました。

洛和会丸太町病院

音楽療法士などによる
ロビーコンサート

洛和会音羽病院

22日は
雨にも負けず
頑張りました

今回初めて実施
した特定健診

丸太町リハビリテーションクリニック

洛和会音羽記念病院

小さなお子さん
向けのイベントも
人気でした

洛和会東寺南病院

看護師や医療スタッフも
楽しく参加しました

洛和会音羽リハビリテーション病院

近隣の方だけでなく
入院患者さまも
一緒に楽しみました

水脈祭（みおさい）

学生みんなで作る学校祭です

洛和会京都厚生学校

戴帽式

学生がナースキャップを授かる戴帽式

洛和会ヘルスケア学会総会

元ラグビー日本代表 大畑大介氏の
講演会も実施

みやこめっせで
当会の学会も開催しました

介護施設 東京

お祭りムード満点の
洛和ヴィラ南麻布

今年4月に開設した
洛和ヴィラ文京春日で
初めての開催

介護施設 滋賀

洛和グループホーム瀬田でも
楽しいひとときを過ごしました

介護施設 京都

健康体操や射的、新鮮野菜の販売など施設ごとに楽しいイベントを企画しました

第1回「らくわ川柳大賞」結果発表!!

おめでとうございます!!

今年から新たな催しとして「らくわ川柳大賞」を
実施し、**総数2,114句**の応募がありました。
たくさんのご応募ありがとうございました。

金賞（2万円分）

麻痺（まひ）の手で
9月から書く
年賀状

広島県在住 茶唄鼓（チャカドン）さん

銀賞（1万円分）

貯筋して
転ばず歩む
老いの坂

埼玉県在住 そよ風さん

銅賞（5千円分）

余命2年
母と迎える
3年目

東京都在住 風信子さん

銅賞（5千円分）

桜咲く
土手まで挑む
車椅子

千葉県在住 三郎さん

ユーモア賞（1万円分）

成るために
棋士も介護も
一歩ずつ

大阪府在住 桑原陸斗さん

ホームページにて、応募いただいた全作品をご紹介します！
http://www.rakuwa.or.jp/senryu/

らくわの介護

介護の？あんなとき？こんなとき

「介護のことってどこに相談をすればいいの？」
「介護サービスってどんな種類があるの？」
そんなよくあるギモンにお答えします♪

今回は…

洛和デイセンター リハビリテーション音羽 編

デイセンターとは…

介護や支援が必要な方に日帰りで機能訓練や食事、入浴などを提供するサービスです。

機能訓練ってどんなことするの？

機能訓練は2種類

- **身体機能維持の訓練**
  立ち上がる、歩くなど、一つの動作を達成するための訓練
- **生活機能維持・向上の訓練**
  複数の行為が組み合わさった動作を達成するための訓練

当センターは機能訓練に特化した短時間型のデイセンターで、理学療法士が3人、柔道整復師が1人常駐しています。お一人お一人の体の状態を見ながら機能訓練プログラムを作成します。プログラムを元に、それぞれが自主的にリハビリマシンを使って訓練を行い、必要に応じて職員がサポートします。

今回は**生活機能訓練**についてご紹介します。

機能訓練プログラム
3カ月に1回評価を行い、プログラムの見直しをします。

洛和デイセンター
リハビリテーション音羽
係長 向井（むかい） 千恵（ちえ）

洛和デイセンター
リハビリテーション音羽の
スタッフたち

生活機能維持のため、まずは目標を設定

利用例

たとえば…

目標 横断歩道を時間内に渡り切る

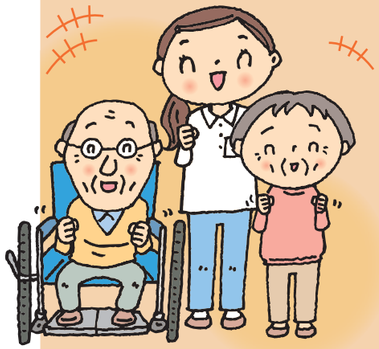
着替える ＋ 靴を履く ＋ 歩く

身体機能維持の訓練より、ハイレベルな訓練が必要となります。

足腰が弱くなり、外出が不便… という方は

目標 立ち上がりの際のふらつき、転倒を防ぐ

理学療法士などの専門職がマンツーマンで訓練をサポートします。



staff's comments

ときには、訓練よりも利用者さま同士で会話を楽しまれることもありますが、それもコミュニケーションをとるという訓練の一つと考えています。

当センターでは訓練を強制せず、自主性を大切に、楽しく継続していただけるように心掛けています。体験・見学もお気軽にお問い合わせください♪

お問い合わせ

洛和デイセンター リハビリテーション音羽

〒607-8062 京都市山科区音羽珍事町54-1
http://www.rakuwa.or.jp/kaigo/dc/dc-rehaotowa/
☎ 075(583)6070

ご利用には要介護認定の申請が必要になりますので、まずは地区町村やお近くの居宅介護支援事業所、地域包括支援センターにご相談ください。

色どり 鮮やか

ちらし寿司ケーキ

カラダに＋プラス
管理栄養士のしあわせレシピ！

らくわの健康

クリスマスやお正月と
イベントごとの多いこの季節。
見た目にも華やかなちらし寿司は
いかがでしょうか。市販品を使えば
時間短縮！ ケーキ型以外にも
ボウルやお皿を使えば形が変わり
楽しさ無限大。具材もお好みで
変えて楽しく召し上がれ。

ココが今回の＋point

●鮭で生活習慣病予防！？

鮭には生活習慣病予防に効果のあるEPA(エイコサペンタエン酸)やDHA(ドコサヘキサエン酸)などの不飽和脂肪酸が多く含まれています。また赤い色のもとであるアスタキサンチンには抗酸化作用があり、動脈硬化予防や免疫力アップにも有効です。

Let's クッキング！

ちらし寿司や丼、麺類など主食がメインとなる食事の場合、栄養素が炭水化物やタンパク質・脂質に偏りがちです。必ず野菜や海藻を使った副菜1〜2品をプラスして食べるようにしましょう。

洛和会丸太町病院 栄養管理室
管理栄養士 主席係長 玉田（たまだ） 美香（みか）

所要時間 **40分**（炊飯時間除く）

1人分の栄養価
エネルギー 488kcal
タンパク質 …15.8g
脂質 …… 6.0g
炭水化物 …89.2g
塩分 …… 2.9g

材料(5人分)

- 米 …… 3合
- ちらし寿司のもと … 1袋(200g)
- キュウリ …… 100g
- 市販の錦糸たまご …… 40g
  ※少量のお湯をかけてふっくらさせておく
- 絹さや … 40g(12〜15本ぐらい)
- 桜でんぶ …… 10g
- 生食用サーモン …… 100g
- いくら …… 50g

使用器具

すし桶
しゃもじ
包丁
ケーキ型
（食器などで代用可）

1 ご飯を炊き、ちらし寿司のもとを入れて手早く混ぜ合わせる。

2 キュウリの半分は0.5㎝厚のいちょう切りにし、ご飯に混ぜます。もう半分も同じく1㎝厚のいちょう切りにして飾りに使う。

point ご飯が熱いとキュウリが腐りやすいので冷ましてから入れてください。

3 大小2つのケーキ型に錦糸たまごを敷き、その上にちらし寿司をしっかり詰める。

point ご飯は押さえながら固めに詰めないと崩れやすくなります！

4 半分ぐらい詰めたところで飾り用キュウリや桜でんぶを縁に敷き詰めて、残りのご飯もしっかり詰めてケーキ型からお皿にあける。

5 サーモン、ゆがいた絹さや、桜でんぶ、イクラを飾り付けて完成！

完成！

まちのお医者さん

京都 上京区

日常の体調の変化など総合的に診てもらうことができる「かかりつけ医」。このコーナーでは、あなたのまちのかかりつけ医を紹介します。

まちとつながる

寄り添い一緒に解決

なかつる内科クリニック

内科　糖尿病内科　内分泌・代謝内科

doctor　中津留（なかつる） 有子（ゆうこ） 院長

患者さまに合わせた栄養指導を

内分泌、甲状腺、糖尿病の専門外来を開設しております。甲状腺が腫れていて気になる方、健診で異常値が出て不安を抱えた方が多く受診されます。専門の内容は分かりやすく説明し、専門外のことは寄り添い一緒に考え、患者さまに合った栄養指導で薬に頼らない治療を心掛けています。

体のお困りごとは何でもお声掛けください

ご自宅で体重や血圧、体温を測定するなど、日々体調を気にしていただき、さらに運動量や食事カロリー、塩分摂取量を意識することで生活習慣病の予防になります。当院では検査機器も多数導入しております。日々、体調を意識するなかで何か少しでも困ったことがあれば、何でもお声掛けください。

▶服の上からでも使える血糖測定器「Free Style リブレ」

MAP

information

	受付時間	月	火	水	木	金	土
午前	9:00～13:00	○	○	○	×	○	×
午後	17:00～20:00	○	○	○	×	○	▲

休診日　土曜日午前、木・日曜日、祝日
▲：土曜日午後は16:00～19:00

〒602-8222 京都市上京区晴明町811

☎ 075（414）2684

地下鉄烏丸線「今出川駅」から徒歩12分
市バス「一条戻り橋・晴明神社前」バス停下車徒歩3分
市バス「堀川今出川」バス停下車徒歩5分
駐車場/駐輪場あり

当院の特徴

豊富な食品サンプルでイメージしやすい栄養指導を行います。

【管理栄養士】
武田（たけだ） 春香（はるか）さん

普段の受診や日ごろの健康管理は　まちのお医者さん「かかりつけ医」　洛和会ヘルスケアシステムの病院　高度な検査・手術・治療・救急・入院などは

連携のしくみ

まちのお医者さんと役割分担して連携します。「かかりつけ医」をお持ちください。

いこか！あの街あのお店

京都 山科区

まちとつながる

山科を中心に市民の足として活躍「関西タクシー」

▶飛びきりの笑顔で迎えてくれた関西タクシーの仁ノ岡社長さん

山科区に本拠地を置き、約60年にわたり地元の人に愛され続ける「関西タクシー」。昭和36年の創業以来「山科・醍醐地区の市民の足になる」という企業理念を大切にし、今もその思いを受け継ぎ守られています。

地元の方を大切にされているだけでなく、自社の職員も大切にされていて、歩合制が多いタクシー業界では珍しく固定月給制を導入されているとのこと。安心して働ける環境を整えることが、より良いサービスの提供につながっているのだと感じました。

また地場の企業や施設とのコラボレーションも行い、最近では車内のシートポケットやリアガラス面のポスターを用いて、さまざまな案内を掲示されています。

京都市内の観光客をメイン顧客に据えるのではなく、山科・醍醐の方を大切にされている関西タクシーさん。こうした思いを知って乗車すると、今までとは違った景色が楽しめるかもしれません。

（アールプランニング 持田）

関西タクシー

〒607-8146
京都市山科区東野舞台町 1
☎ 075（581）3121
http://www.kansai-taxi.co.jp

つづきはWEBで

information

京都や滋賀を中心に"まち"の表情を紹介します。皆さまからの情報も募集しておりますので、町内のイベントなど掲載ご希望の方は右記までぜひご連絡ください！

〒607-8113 京都市山科区小山北溝町33-1　アールプランニング
☎ 075（594）8488　kouhou@rakuwa.or.jp

12月 information

NEW 新着医師紹介

12月1日着任

洛和会音羽病院　和田裕子（わだゆうこ）

神経内科／副部長

専門分野：神経内科全般、神経症候学、脳卒中認知症

資格・認定：日本内科学会総合内科専門医／指導医、日本神経学会専門医／指導医、日本認知症学会専門医／指導医、日本脳卒中学会

脳神経の病気を診療いたします。気になる症状があれば、ご相談ください。

12月1日着任

洛和会音羽病院　川崎敏生（かわさきとしなり）

脳神経外科／医員

専門分野：脳神経外科

資格・認定：日本脳神経外科学会専門医

地域の皆さまに貢献できるように努めます。

年末年始の外来休診のお知らせ

洛和会丸太町病院
休診　12月30日(土)から1月3日(水)まで
救急　24時間365日受け付けております。
☎075(801)0351(代)

洛和会音羽病院
休診　12月30日(土)から1月3日(水)まで
救急　24時間365日受け付けております。
☎075(593)4111(代)

洛和会音羽記念病院
休診　12月30日(土)から1月3日(水)まで
外来維持透析　通常通り
☎075(594)8010(代)

洛和会音羽リハビリテーション病院
休診　12月30日(土)から1月3日(水)まで
☎075(581)6221(代)

洛和会東寺南病院
休診　12月30日(土)から1月3日(水)まで
外来維持透析　通常通り
☎075(672)7500(代)

介護ニュース

移転・新規開設

2017(平成29)年12月1日

洛和会医療介護サービスセンター東大路店
※洛和会医療介護サービスセンター京大病院前店が移転し、名称を変更

洛和会訪問看護ステーション東大路

冬休みに名所を走って体力づくり！ 洛和ランナーズクラブ冬期生募集

いままで自信のなかった持久走に強くなるチャンス！健康運動指導士のもと、洛和メディカルスポーツ京都丸太町を出発して、二条城や北野天満宮などを目指して走ります。休み明けに友だちと走りで差をつけましょう！希望者はお電話にてお申し込みください。

開催日	12月25日(月)~29日(金)(5日間)
時間	午前10時~正午
定員	15人(先着順)
対象者	小学4年生~6年生
参加費	5,400円(税込み)
指導員	健康運動指導士2人

お問い合わせ・お申し込み
丸太町リハビリテーションクリニック
洛和メディカルスポーツ京都丸太町
☎075(802)9029

当会キャラクターアート作品のご案内

今回は
京都市花山児童館の児童に
おとまるくんの塗り絵を
してもらいました。

作者　角 香結里さん

作者　矢野 杏華さん

作者　熊木 凰心さん

作者　武宮 美菜音さん

作者　岡 美琴さん

告知
「おとまるくん」「みさきちゃん」「はびりす」を題材にしたアート作品の募集を2018年から開始します。
あなたの作品が誌面に掲載されるかも・・・。

介護用品のレンタル・販売・住宅改修はお任せください！ ㈱ウエルネット
私たちは、ご利用になる方お一人お一人のご希望をお聞きしたうえで、身体機能、住環境、介護環境にあった福祉用具をご提案します。
お問い合わせ ㈱ウエルネット ☎075(582)6187

介護タクシーや民間救急車で暮らしをサポート ㈱トランスポート
スロープ付きで車いすのままラクラクご乗車いただける「介護タクシー」、医療機器や医療材料を備え付けている「民間救急車」。ホームヘルパーの資格を持つドライバーによる移動介助も行っていますので、通院や転院、行楽、旅行、観光、食事、買い物、慶弔時などのサポートもお任せください。※急なご利用についても、一度お問い合わせください。
お問い合わせ ㈱トランスポート ☎0120(925)119

まちとつながる

楽しく役立つ健康講演会

らくわ健康教室

12.7 木曜日 姿勢とバランスについて ～姿勢を直してけがを治す～

時 午後2時～3時 所 仁和寺 御室会館
講 理学療法士

12.14 木曜日 C型肝炎について

時 午後2時～3時 所 アスニー山科
講 医師

お申し込み

＼らくわ健康教室への参加のお申し込みは、こちらへ！／

お問い合わせ TEL 075(594)8488 らくわ健康教室事務局(アールプランニング)
お申し込み FAX 075(501)4583 HP http://www.rakuwa.or.jp/kenkoevent/rkk.html

過去の講演

12.6 水曜日 学び倶楽部 放射線検査ってどんな検査？

時 午後1時30分～3時 所 旧二条京町家(木村米穀店内)(旧二条御前東入ル)
講 診療放射線技師
問 木村 壽夫(元中京暮らしの工房館館長)
TEL 075(841)0522

12.7 木曜日 洛和会音羽病院 心臓病教室 心臓と運動

時 午後2時～3時 所 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室 講 理学療法士
問 洛和会音羽病院 栄養管理室
TEL 075(593)6085

12.8 金曜日 洛和会音羽病院 糖尿病教室

①糖尿病と感染症 ～防げ!インフルエンザ～
②検査でわかる糖尿病
③糖尿病患者食事会

時 ①②午後1時30分～2時30分 ③午前11時30分～午後0時30分 所 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室 講 ①薬剤師 ②臨床検査技師
料 ③一部負担金あり:食事代650円
問 洛和会音羽病院 栄養管理室
TEL 075(593)6085

12.9 土曜日 洛和会音羽病院 腎臓病教室 タンパク制限・減塩

時 午後2時～3時 所 洛和会音羽病院 D棟地下1階 会議室 3・4 講 管理栄養士
問 洛和会音羽病院 腎臓内科外来
TEL 075(593)4111(代)

12.11 月曜日 がん患者・家族の会「ほっこり」 もっと身近に緩和ケアを ～自分らしく生きるために～

時 午後1時～2時30分 所 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室1・2 講 緩和ケア認定看護師
問 洛和会音羽病院 がん相談センター
TEL 075(593)4175(直通)

12.14 木曜日 洛和会音羽病院 心臓病教室 自分でできる体調管理

時 午後2時～3時 所 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室 講 看護師
問 洛和会音羽病院 栄養管理室
TEL 075(593)6085

12.19 火曜日 洛和会丸太町病院 糖尿病教室 糖尿病 お楽しみクイズ大会

時 午後2時30分～3時15分 所 洛和会丸太町病院5階カンファレンスルーム 講 糖尿病委員会スタッフ 申 申込締切12月16日(土)
問 洛和会丸太町病院 栄養管理室 担当:玉田
TEL 075(801)0351(代)

12.21 木曜日 洛和会音羽病院 心臓病教室 心臓とお食事

時 午後2時～3時 所 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室 講 管理栄養士
問 洛和会音羽病院 栄養管理室
TEL 075(593)6085

12.26 火曜日 洛和会音羽病院 糖尿病教室

①合併症「網膜症」
②お正月にむけて～おせち料理～

時 ①②午後1時30分～2時30分
所 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室
講 ①医師 ②管理栄養士
問 洛和会音羽病院 栄養管理室
TEL 075(593)6085

12.28 木曜日 洛和会音羽病院 心臓病教室 心臓のおはなし 心臓とおくすり

時 午後2時～3時 所 洛和会音羽病院 D棟1階 会議室 講 医師・薬剤師
問 洛和会音羽病院 栄養管理室
TEL 075(593)6085

時=時間 所=場所 講=講師 料=料金
申=要申込 定=定員 問=お問い合わせ
TEL=電話 FAX=ファックス HP=ホームページ
参加のお申し込み・お問い合わせは**各講座ごとに変わります**。特別に記載の無いイベントはすべて**(料金無料・申し込み不要)**で参加できます。

まちとつながる

毎月5人に当たる

アンケートに答えて 当会関連グッズをプレゼント！

みなさんの声をお待ちしております！

広報誌「月刊おとまるくん」アンケート

誌面内容をさらに良くするため、率直なご意見をお聞かせください。
以下の質問に答えて応募してね！

ハガキに貼ってご使用いただけます

今回のプレゼント

当会オリジナル救急セット

【応募方法】

はがき、FAX、ホームページ(フォーム)
締切：12月31日（日）※当日消印有効

当会関連グッズプレゼント係
(アールプランニング) 宛て
〒607-8113
京都市山科区小山北溝町33-1
FAX 075(501)4583
http://www.rakuwa.or.jp/present/

※個人情報につきましては、プレゼントの発送と当会情報のご提供のみに使用し、適切に管理いたします。

＜ご回答者の方について＞（必須）

性別とご年齢をお答えください。

性別（　　）年齢（　　）

＜今月号の「月刊おとまるくん」について＞（必須 複数回答可）

面白かった記事、面白くなかった記事を教えてください。
（面白かった記事→○、面白くなかった記事→×）

（　）特集「多様なスペシャリストが自立した生活を見守る“太陽” 介護老人保健施設 洛和ヴィライリオス」
（　）特集「子どもの相談で困りごとありませんか？ 洛和会音羽病院 小児科へご相談ください」
（　）特集「第16回 洛和メディカルフェスティバル開催レポート」
（　）カラダにプラス　管理栄養士のしあわせレシピ
（　）介護のあんなとき？こんなとき？
（　）まちのお医者さん
（　）いこか！あの街あのお店
（　）らくわニュース（12月 information）
（　）イベント情報 (Event information in December)

＜「月刊おとまるくん」について＞（必須）

1. 「月刊おとまるくん」をどこで手に取りましたか？
（　　）
2. 文字の大きさや文章の量、色合いは見やすかったですか？
（　　）
3. どのようなテーマや記事に興味がありますか？
（　　）

プレゼント発送先

氏名	
住所　〒	

診察の待ち時間に

記憶力向上に

レッツ！脳トレ

介護現場で
実際に使用している
脳トレクイズ。
あなたは何問
正解できるかな？

らくわの健康

今月は足し算・引き算です！ 次の計算式を解いて□に書いてみましょう。

1

$$\begin{array}{r} 83 \\ +\ 22 \\ \hline \square \end{array}$$

2

$$\begin{array}{r} 98 \\ -\ 59 \\ \hline \square \end{array}$$

3

$$\begin{array}{r} 77 \\ +\ 44 \\ \hline \square \end{array}$$

4

$$\begin{array}{r} 123 \\ -\ 32 \\ \hline \square \end{array}$$

5

$$\begin{array}{r} 103 \\ +\ 38 \\ \hline \square \end{array}$$

6

$$\begin{array}{r} 111 \\ -\ 66 \\ \hline \square \end{array}$$

電卓慣れしている人には、筆算はどうかな？？

今回ちょっと難しい？

こたえ：
① 105
② 39
③ 121
④ 91
⑤ 141
⑥ 45

発展、ともに前へ…
洛和会ヘルスケアシステム®
http://www.rakuwa.or.jp/
らくわかい 検索
ホームページも見てね！

TEL 075(594)8488
FAX 075(501)4583
kouhou@rakuwa.or.jp

ご意見・ご感想をお寄せください
※各応募に関する個人情報は、こちらからの連絡などに利用し、適切に管理いたします。

発　行／洛和会ヘルスケアシステム
編　集／アールプランニング
編集責任者／杉　本　浩　規
〒607-8113 京都市山科区小山北溝町33-1
発行日／ 2017年12月1日12月号(通号206号)
印　刷／為国印刷株式会社

洛和会ヘルスケアシステムは"子どもたちの健やかな成育"に取り組んでまいります。

きょうと健康づくり実践企業

洛和会ヘルスケアシステムでは職員にこれからも元気でいきいきと働ける職場環境を提供してまいります。